icimagazine



ÉDITION PAYS HAUTE SAINTONGE / 7 ÉDITIONS EN CHARENTE-MARITIME AVEC 250 000 EX. DISTRIBUÉS PAR MEDIAPOST

AVRIL 2011 NUMÉRO 20



Jardinerie Animalerie du Porche

BIENVENUE AU POTAGER

Reportage page 03

Défilé de style

➔ p.13 / Tendances



Au coeur de la Cité des Métiers

➔ p.03

Pons Art de ville

➔ p.04 / Découverte

Artisans du goût

➔ p.14 / Saveurs



Atlantik Auto

NETTOYAGE DE PRO Passionné d'automobile depuis toujours, Philippe fait briller en un clin d'œil votre véhicule, avec le savoir-faire d'un professionnel. À votre domicile, sur votre lieu de travail, pendant un rendez-vous, ce pro du nettoyage auto n'a besoin ni d'un point d'eau, ni d'une prise électrique pour briquer votre véhicule des jantes à l'antenne. Le plus : Il rénove également vos tableaux de bord, plastiques et carrosserie. Une solution miracle !

■ Intervention en Haute-Saintonge (jusqu'à Saintes). ➔ Tél. 05 46 70 08 23 et 06 72 23 67 02



Des vacances à la campagne C'est possible !!!

Vous bénéficiez de l'Aide aux Vacances de la CAF
(anciennement "bons vacances")
Vous ne savez pas comment faire pour partir en vacances l'été.
Vacances & Familles, c'est la possibilité de **partir**
à la découverte d'**autres régions de France,**
pour les parents et les enfants au grand air **ensemble** !



Le séjour se fait en maison individuelle ou structure légère (caravane, bungalow, mobil-home...).





Des gens du village vous accueillent et vous rendent service au besoin





Des animations sont organisées durant le séjour au minimum une fois par semaine.



Contactez-nous au 05 46 74 38 50

Vacances & Familles 17
46 avenue Jules Dufaure - 17 100 SAINTES
asso17@vacancesetfamilles.asso.fr
www.vacancesetfamilles.asso.fr

À la une en avril

Édito

Le soleil et son potentiel de bonne humeur ont fait leur retour. L'enthousiasme et la motivation sont de bon ton. Sport, loisir, terrasse, la vie reprend ses quartiers côté cour. Les programmations culturelles s'affichent également version plein air avec notamment le mois de l'architecture. Les édifices et les belles pierres, témoignages de la richesse de l'histoire départementale, sont à l'honneur. Dans les vitrines, les nouvelles collections expriment un cortège de tendances. En clair, l'activité locale joue sur les nouveautés et les saveurs de festivités. Pâques est en point de mire… Un mois de réjouissances partagées par tous les acteurs du territoire qui se mobilisent pour votre plaisir. La belle saison ouvre ainsi sa parenthèse de petits bonheurs simples : une sortie shopping entre copines, le sourire des chasseurs d'œufs, un repas en famille, l'émotion d'une exposition, la pause café entre amis… Inspirez et profitez !

Ça nous intéresse

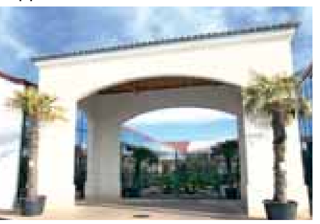
Dans le cadre de la réalisation d'un prochain dossier, nous désirons identifier les enseignes ouvertes le dimanche. À travers cette thématique publi-rédactionnelle, nous souhaitons faire connaître aux lecteurs, la spécificité de votre établissement ou de votre magasin.

Merci de nous contacter
Tél.05 46 74 26 26
info@icimagazine.com

Jardinerie Animalerie du Porche



BIENVENUE AU POTAGER ! Le Printemps a pris ses quartiers dans tous les rayons de votre jardinerie. Avec la belle saison, amateurs et inconditionnels à la main verte se donnent rendez-vous dans ces lieux dédiés à tout ce que Dame Nature peut produire. La reconstitution d'un potager au cœur de la jardinerie est l'illustration parfaite de l'investissement professionnel d'une équipe qui met tout en œuvre pour votre plaisir et votre satisfaction. Petites barrières fushia, pergola, carrés d'aromatiques et de légumes… Tout y est ! "Cette mise en scène ludique et colorée, c'est aussi l'occasion de mettre en avant la qualité des plants de salades, poivrons, aubergines et autres cultures issues de la production horticole locale Patrick Arrivé", précise Pierre le responsable du magasin. Véritable fil rouge de l'enseigne, l'art de faire et de vivre son jardin s'apprécie d'allées en allées : matériel de motoculture, outils de jardinage, engrais et produits, textile, espace pépinière… jusqu'au jardin version détente. À l'ombre des parasols, profitant du cadre verdoyant, assis dans un salon de jardin confortable, ou allongé dans un hamac. On s'y croirait ! Il ne manque plus que les saveurs grillées façon barbecue ou plancha et on se rapproche du bonheur !



■ **Tous les jours du lundi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 19h, le dimanche et les jours fériés de 10h à 12h30 et de 14h30 à 19h. 516 route de Coudennes à Pons Tél. 05 46 94 50 00**

Ma saison préférée

Vous avez sorti les gants, la bêche et préparé le terrain pour accueillir vos plantations. Après un passage à la Jardinerie du Porche, votre choix est fait… Suivez les bons plants !



1/ Sylvie et Jean-François : Nous venons d'acheter un forsythia pour apporter une touche de couleur ensoleillée. Quant au buis, nous envisageons plus tard, de le modeler en forme de boule ou de pyramide. **2/ Gérard :** J'adore le jardin, ce n'est pas pour rien que je cultive 500m2 de potager. Ces plants de tomates portugaises et de poivrons, je ne vais pas les mettre tout de suite en terre. Je vais les faire tremper au préalable pour les humidifier. **3/ Raymond :** Pour mes plantations, je suis les lunes. Pour l'heure, je vais m'atteler à mettre en terre les choux pommés et les salades. Mon petit truc : les disposer sur un monticule pour conserver la fraîcheur des arrosages. **4/ Jean-Claude :** Le jardin c'est un spectacle vivant, tous les matins c'est différent. Je suis un observateur de la nature. Dans mon potager, aucune feuille ne traine, je sors les cordeaux pour que tout soit parfaitement aligné, tout doit être impeccable. Mon légume de prédilection : le haricot vert ne me déçoit jamais et sa floraison est magnifique.

La Maison de l'Emploi de la Rochelle, au cœur de la Cité des Métiers

FONDÉE EN 2006 SUR LA ROCHELLE, LA MAISON DE L'EMPLOI COORDONNE AUJOURD'HUI UN OUTIL UNIQUE EN POITOU-CHARENTES : LA CITÉ DES MÉTIERS, STRUCTURE ACTIVE AU SERVICE DES PERSONNES EN RECHERCHE DE REPÈRES, D'ORIENTATION ET D'INFORMATION SUR LES MÉTIERS ET LA VIE PROFESSIONNELLE. QUESTIONS RÉPONSES AVEC ARLETTE MARÉCHAL, DIRECTRICE DE LA MAISON DE L'EMPLOI DEPUIS MARS 2010.



Ici Magazine : Quel est le rôle de la Cité des Métiers ?

Arlette Maréchal : La Cité des Métiers est une véritable plate-forme qui rassemble 18 partenaires de l'emploi et de l'insertion professionnelle tels que la Mission Locale, le Pôle emploi, la Chambre des métiers et de l'Artisanat, la Chambre de Commerce et d'Industrie… L'objectif de ce regroupement est de permettre d'égaliser les chances d'accès à l'ensemble des services et des prestations des acteurs qui agissent dans les domaines de l'emploi et de la formation.

Ici Magazine : La particularité de cette Cité des Métiers réside dans l'accueil du public ?

Arlette Maréchal : Effectivement, ici, il n'est pas nécessaire de se munir d'un identifiant ou de justifier d'une situation. Scolaires, étudiants, apprentis, salariés, stagiaires, personnes en recherche d'emploi, chefs d'entreprises, porteurs d'un projet de création ou de reprise d'activité... Quel que soit son âge, ses questions ou son projet, chacune et chacun peut trouver ici des informations, des conseils et des directions pour construire son parcours pour se former, trouver un emploi, créer ou reprendre une entreprise ou bien recruter des salariés. Ce public est accueilli de façon anonyme et sans rendez-vous, du mardi au vendredi de 13h30 à 17h30, sans aucune distinction avec comme mission l'accompagnement à toutes les étapes de leur vie professionnelle. Enfin, la cité des Métiers propose également des ateliers collectifs thématiques, des conférences, accueils de groupes… sur programmation.

■ **Plus d'infos et programmation des ateliers sur www.maisonemploilarochelle.fr → 88 rue de Bel-Air à la Rochelle / Tél.05 46 55 34 21**

Groupe ICI MÉDIA ZA La Sauzaie 17100 Fontcouverte / Tél. 05 46 74 26 26 / Fax : 05 46 93 64 23 / info@icimagazine.com / www.icimagazine.com







Directeur de publication : Laurent Hervé / Secrétariat et Facturation : Muriel Hervé / Rédactrice en Chef : Nathalie Sauvêtre 05 46 74 86 80 / Rédactrices : Julie Champenois & Laure Bergeron / Conception graphique : Julien Graizely & Emeric Dumargue / Photos : Sandrine Hervé 06 62 05 00 44 / Chargé de clientèle Haute Saintonge : Gérard Giraudet 06 61 21 41 72 Impression : Imprimerie Fabrègue / Distribution boîtes aux lettres : 28 000 ex. Médiapost.

Art de ville

BELLE ET LUMINEUSE LA VILLE EST EMPREINTE D'UNE HISTOIRE PERCEPTIBLE DE VENELLES EN RUELLES. LA VISITER C'EST ALLER À LA RENCONTRE DE SON PATRIMOINE MAIS AUSSI DE SON ART DE VIVRE LE PRÉSENT. UNE BALADE EN CITÉ MÉDIÉVALE PONCTUÉE DE JOLIES PERSONNALITÉS AVEC LE SOLEIL POUR COMPLICE.

Adresses utiles

Office de Tourisme
1 rue du Pontils à Pons
Tél. 05 46 96 13 31
www.pons-tourisme.fr
Hôpital des Pélerins
Rue de Bordeaux à Pons
Marchés : mercredi et samedi, les Halles place du Minage
Foire mensuelle tous les premiers samedis du mois



◄ Une expo

Jusqu'au 30 avril, la salle de l'Office de Tourisme de Pons accueille l'exposition "Souvenirs de Pons" : des agrandissements d'anciennes cartes postales de la ville mis en parallèle avec de photographies récentes prises avec le même angle de vue. À voir et à comparer…
■ Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30. ➔ Office de Tourisme / 1 rue du Pontils à Pons / Tél. 05 46 96 13 31 /www.pons-tourisme.fr

Pons à la croisée des siècles

Lorsque l'on arrive à Pons, la place de la République s'affiche comme un lieu de rendez-vous incontournable. « On se retrouve au pied du donjon. » Il faut dire que l'édifice en impose encore plus depuis que ses abords ont été aménagés. Pour l'histoire le premier donjon, rasé en 1179 par Richard Cœur de Lion, venu mater une révolte de ses vassaux en Saintonge, fut reconstruit par Geoffroy III sire de Pons entre 1180 et 1185. Ses latrines servirent de cachots pendant la Réforme au 16ème siècle. Ce puissant édifice est une tour rectangulaire d'une trentaine de mètres de haut. Ses contreforts peu saillants sont caractéristiques des donjons romans de l'ouest. Son entrée initiale du côté sud est surélevée, une passerelle mobile en permettait l'accès. Deux étroites et hautes fenêtres laissaient pénétrer la lumière au second étage maintenant disparu. De faux mâchicoulis, des créneaux et des échauguettes fantaisistes furent ajoutés au début du siècle. Nous laissons derrière nous ce colosse de pierres pour descendre et descendre encore l'avenue Gambetta jusqu'au centre social qui nous livre une impression de vitalité sans commune mesure. Ça fait du bien ! On ne s'arrête pas en si bon chemin, l'appel de la Seugne se fait entendre dans le contrebas rue Charles de Gaulle. La rivière dont les berges portent l'empreinte des richesses de l'histoire économique de Pons (ses moulins, ses tanneries, ses pêcheries), nous conduit de passerelles en passerelles à la place Saint Vivien. Une petite terrasse avec une enseigne toute bleue invite notre appétit à se rassasier. Une belle rencontre avec les patrons et les habitués. À quelques mètres de là, en toge et bourdon à la main, les pélerins figés sur leur rond-point désormais emblématique, indiquent la direction de Compostelle. Comment oublier que nous sommes sur la pieuse route. Ne dit-on pas "Quand les premières hirondelles fendent l'air d'avril, les pèlerins ne sont pas loin". Ils font partie des signes marquant les rythmes saisonniers. Ils vont descendre nombreux durant toute la belle saison avec un fort pic de fréquentation après Pâques. Car Pons est une étape privilégiée sur l'un des grands chemins traditionnels. Avec son Hôpital-Neuf inscrit au Patrimoine de l'Humanité par l'Unesco en 1998 au titre des « chemins Jacquaires », la ville était considérée comme un gîte réputé accueillant sur le grand chemin passant par Saintes. De l'histoire à l'art, il n'y a qu'un pas ou plutôt quelques rues. Retour quartier Saint Vivien où la délicatesse d'une créatrice sur verre nous expose la magie du vitrail. La tête emplie de lumière, il est temps de revenir vers notre point de départ. Maintenant, ça monte forcément ! Perché sur son promontoire, le donjon prend la mesure de nos efforts. Une intensité ultime se dégage des lieux. Le charme est entier.



Radio Pons Mi-ange mi-démon



La fréquence bloquée sur le 97FM, la voiture se remplit de sons, de rythme, de voix qui s'enchaînent de façon inédite parfois improbable. Alors que les kilomètres défilent, un Serge B. distille sa suave mélancolie tandis que les riffs d'un Billie Jean réveillent nos instincts de danseurs les plus enfouis. Un vieux Dylan puis du Fersen, Biolay entrecoupés de perles pas vraiment connues mais qui ne demandent qu'à l'être. Nous sommes bien sur Radio Pons, la Radio mi-ange mi-démon. Une couleur musicale à part cultivée par une équipe… forcément à part elle aussi ! Rencontre au Centre Socioculturel, QG de la radio, avec Agnès nouvelle voix sur les ondes pontoises depuis 7 mois et Fabien, animateur, technicien, responsable de la programmation, chasseur et bidouilleur de bons sons, et accessoirement roi de la mise en boîte !

Pour l'histoire…

Fabien et Agnès : Tout commence en 1981, sous l'impulsion notamment de Bernard Guillet, directeur du CSP, Radio Pons émet ses premiers sons et se taille une place dans le paysage FM en tant que première radio légalisée de Charente-Maritime. Trente ans plus tard (bon anniversaire !), la radio associative affirme son ton décalé dans ses émissions (Trafik, Hebdo Ciné et le rendez-vous culte de l'accordéon le dimanche matin !) et son style musical indépendant-découvertes locales.

Les grosses révélations ?

Fabien et Agnès : Maud-Élisa la jonzacaise et son Prince Miiaou que l'on suit depuis le début, les britanniques des White Lies ou encore Tool, un groupe US. Ils sont à l'image de la radio : surprenants et éclectiques.

Un message ?

Fabien et Agnès : N'hésitez pas à nous contacter pour vos annonces associatives, lotos ou autres, c'est gratuit ! Vous pouvez aussi pousser la porte et venir avec une idée, ou tout simplement découvrir les coulisses. Radio Pons est une radio associative, elle appartient à tout le monde !

→ 44 avenue Gambetta à Pons radiopons@yahoo.fr Tél. 05 46 94 04 09

Lou Communication



VOTRE CAPITAL IMAGE Laurence graphiste confirmée et spécialiste de la communication met son expérience et sa créativité au service des particuliers (faire-part, impressions personnalisés…) mais aussi des professionnels. Parce qu'aujourd'hui, faire connaître son entreprise, ses compétences est une priorité, Lou Communication compose votre identité visuelle de la création du logo jusqu'à l'enseigne. Témoignage de Laurent Sorinet, élagueur à Chadenac : "J'avais besoin de cartes de visite, de flyers ainsi que des panneaux adhésifs pour mon véhicule. Laurence Belloteau a réalisé un travail de pro dans un délai rapide. J'envisage d'ailleurs de lui faire réaliser prochainement des panneaux aimantés." ■ **Tarifs sur devis.**
→ 33 rue du Maréchal Leclerc à Pons / Tél. 06 70 61 44 04 et 05 46 96 26 26 / laurence.belloteau@sfr.fr

Découverte

L'instant d'Elo



BIEN-ÊTRE À DOMICILE Vous aimeriez prendre le temps de vous faire belle, mais… votre planning est surchargé ? Vous travaillez à la maison ? Vous ne pouvez pas vous déplacer ? Bien connue sur Pons et ses alentours, Élo intervient avec professionnalisme directement à votre domicile avec elle, sa table de soin, ses appareils et ses produits. Cette jeune esthéticienne qualifiée met tout en œuvre pour protéger votre peau au fil des saisons. En avril, place au soin du visage, incontournable à chaque changement de saison. Il est également temps de penser à l'épilation, afin d'avoir de vraies jambes de rêve. **■ Élo se tient à votre disposition pour vous préparer à tous vos événements : anniversaires, mariages, baptêmes… ➜ Votre esthéticienne Élodie Rullier au 06 42 61 47 29 et 05 46 91 97 22 / http:/linstantdelo.wifeo.com**







Des filles et du foot

Le club de Pons propose aux filles de 6 à 16 ans de pratiquer gratuitement le football sous forme de jeux balle au pied, encadré par Lenaïc Renaud éducateur diplômé. Aucune compétition, aucun engagement, seulement le plaisir de jouer. Venez découvrir cette manifestation les samedis 30 avril et 21 mai au stade de Pons à 15h.
➜ Contact : Alexandre Marchais Tél. 06 28 49 65 32 / 507258@lcof.fr



01 02 03 04 05 06

C'est vous qui le dites

AU DÉTOUR D'UNE COLLECTION DE SOURIRES SPONTANÉS, LA CITÉ NOUS LIVRE TOUS SES SECRETS. REGARDS ET IMPRESSIONS.

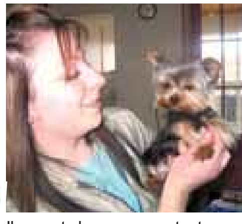
1/ Audrey et Raphaël : Ici, le cadre de vie est agréable et les animations sportives et de loisirs sont diversifiées. Mes lieux préférés : la voûte de l'Hôpital, l'église Saint Vivien et le donjon naturellement. **2/ Agnès et Lucas :** Je viens de La Rochelle et je suis installée depuis peu dans la région. Pons se découvre au fur et à mesure. La commune n'a rien à envier aux grandes villes. Les services, les commerces sont à proximité et il y a des infrastructures pour les enfants de tous les âges. Pratique ! **3/ Catherine, Héléna, Corentin :** Pons c'est une ville médiévale avec des sites très intéressants à visiter comme le musée archéologique, le jardin. On étudie actuellement son histoire à l'école. Elouan : Le donjon, il est très très grand ! **4/ Nadine, Geneviève et Claudine :** Nous sommes un petit groupe de marcheuses et tous les mardis après-midi, on se fait des circuits dans la cité. On prend le temps de lever le nez pour apercevoir des petits détails, on emprunte des ruelles dont on ne soupçonnait pas l'existence... Il faut dire que Geneviève est un très bon guide, elle connait parfaitement l'histoire de Pons. **5/ Nadia, Julien et Carine, l'équipe de l'Office de Tourisme :** La saison touristique est marquée par la réouverture du donjon le 19 avril tous les après-midi sauf le lundi (2,50€, gratuit pour les moins de 12 ans). À partir de mai, l'Hôpital des Pèlerins proposera les mercredis après-midi, une visite commentée qui s'achèvera au jardin, par un goûter de confits de fleurs de Mme Thomas (5€ sur réservation). Toute l'année, l'office de tourisme vous invite également à découvrir son espace scénographique sur le thème des métiers de la Seugne (1,50€). **6/ Catherine :** Pons, c'est un peu une ville à la campagne. Elle a un petit truc spécial qui tient aux pierres, à la rivière et à la nature. L'école maternelle Agrippa d'Aubigné où va Camille ma fille, propose plein d'activités. Les enfants ont même leur propre potager et font leurs petites confitures.

Laurent Sorinet



VENTE DE BOIS ET ÉLAGAGE Bûcheron élagueur grimpeur de formation, c'est depuis le mois de février que Laurent Sorinet vous propose ses services. Élagage ou abattage, ce professionnel assure votre sécurité et celles des autres, à travers un travail propre et soigné. Laurent s'occupe également de vos parcelles de bois, à travers l'abattage d'arbres et la préparation de bois de chauffage. Une solution bien pratique ! **➜ 27 rue de la Mairie à Chadenac / Tél. 06 74 81 92 23**

Élégance canine



Ils sont beaux nos toutous ! Encore plus en passant entre les mains expertes de Gaëlle, qui toilette au poil près toutes les races. À noter : un local avec un bac adapté aux gros chiens, qu'il est possible de louer, le temps de nettoyer votre animal ! **■ Du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 17h30 et un samedi matin par mois. ➜ 32 rue de Verdun à Pons Tél. 05 46 96 13 60**

Laverie Pontoise



TOUT PROPRE ! C'est le jour des machines, du grand nettoyage de printemps ! Panières de linge, couettes et autres housses défilent dans ces machines à laver et sèche-linges de grande capacité. Comment ça marche ? Pas de panique, Stéphanie est là pour vous conseiller et vous aider de 9h à 12h et de 14h15 à 17h30 (sauf le dimanche, le mercredi sur rdv uniquement). Bon à savoir pour toutes celles et tous ceux qui ont une montagne de linge en retard à repasser… Stéphanie assure le service : 10,50€ de l'heure. Une adresse vraiment impeccable. **■ Ouvert 7j/7 de 7h30 à 20h. ➜ 36 rue Verdun à Pons Tél. 06 78 02 57 49**

CARTE DE FIDÉLITÉ : 10è LAVAGE OFFERT.



Master Pneus



SERVICE COMPRIS Installé depuis un an dans la zone commerciale de Coudenne, Jérôme Auger et son équipe ont profité de ce déménagement pour élargir leur activité. Au-delà de l'entretien courant et le service rapide dispensé dans ce garage toutes marques, vous pouvez désormais faire appel à eux pour toute la mécanique générale de votre véhicule. Une adresse à noter pour affronter toutes les pannes ! ■ **Du lundi après-midi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h30, le samedi de 8h à 12h. ➜ Zone commerciale de Coudenne à Pons / Tél. 05 46 91 40 40**

Centre Socioculturel de Pons, un accompagnement rapproché



Face aux frasques de la vie qui nous conduisent brutalement à nous retrouver sans emploi, sans logement, en situation d'échec, l'insertion socioprofessionnelle entrevoit une réponse, une porte ouverte sur un avenir à construire. Reconnu pour son engagement et ses actions, le Centre Socioculturel de Pons fait preuve d'initiative et de réactivité en matière d'insertion. Interview croisée avec Bernard Guillet, directeur du CSP « maître d'ouvrage » du chantier Bâtiment et Manue Vert, coordinatrice du chantier Arts et Spectacles Chapitô.

L'insertion socioprofessionnelle, c'est quoi ?

Bernard Guillet : Elle revêt plusieurs applications : l'accompagnement socioprofessionnel, les ateliers d'insertion (cuisine, couture, déco, jardinage, expression…), les formations de lutte contre l'illettrisme et enfin les chantiers d'insertion axés sur trois pôles : les Arts et Spectacles, L'environnement (maraichage, horticulture, espaces verts, élagage, marché vert…) et le Bâtiment tout corps de métier (électricien, maçon, chauffagiste, carreleur).

À titre d'exemple, quelles sont les actions menées par la « section » Arts et Spectacles Chapitô ?

Manue Vert : Nous venons de réaliser une exposition consacrée à l'Indonésie (visible du 7 au 14 avril au CSP) qui va tourner dans les écoles de Pons publiques et privées. Ensuite on va mettre en « chantier » des réalisations pour le Printemps de l'Environnement. C'est essentiellement un travail d'équipe qui met en avant l'esprit d'initiative, le sens de l'écoute et le respect des consignes. Inscrites en contrats aidés de 6 mois, les personnes (entre 26 et 47 ans) se cherchent un peu. Plasticien ? Musicien ? Le tout est de se trouver et de se donner les moyens pour se valoriser.

Quelles sont les finalités de ces chantiers ?

Bernard Guillet : L'aboutissement bien sûr c'est l'emploi. La mutualisation des compétences qu'offrent les chantiers permet non seulement de développer son savoir-faire mais aussi de le diversifier. Fondamentalement, c'est la reconnaissance professionnelle et l'utilité sociale qui sont recherchées.

➜44 avenue Gambetta à Pons
Tél. 05 46 94 08 17 / www.cspons.com

Pâtisserie Boulangerie Ardouain



C'est tout naturellement dans leur ville natale que Christelle et William ont ouvert leur pâtisserie boulangerie. Epaulés de leur équipe, ils vous proposent leur spécialités : baguette du pèlerin, la baguette tradition festive et autres pains spéciaux. Pour Pâques, le chocolat maison et les pignes de Barbezieux. **➜ 41 rue du Maréchal Leclerc à Pons / Tél. 05 46 96 18 49**

On a testé pour vous

Brasserie Tout va bien



Avec un parking au pied de l'église Saint Vivien desservi par le rond-point des pèlerins, cette adresse se veut facile d'accès. Les ouvriers, commerciaux, artisans et touristes ne s'y trompent pas. Pascale et Thierry les patrons de l'établissement ont tout misé sur une cuisine sans chichis qui va à l'essentiel : qualité, quantité, rapidité, prix (menu à partir de 11€). Dans la salle façon bistrot, une clientèle d'habitués mange dans une ambiance décontractée. Les bavettes d'Aloyau frites, spécialités de la maison, ont un franc succès. Mais quand il n'y en a plus, il n'y en a plus ! Vous êtes prévenus ! Tant pis, on prendra un jambon grillé à la place. L'assiette est tout aussi copieuse. Bref, une cuisine accueillante un peu comme à la maison.

Verdict…

Accueil : Sourire et bons mots du patron.
Service : Pas d'attente, parfait si vous êtes pressés.
Rapport qualité/prix : Cuisine traditionnelle reconnue pour la qualité de sa viande à un prix très correct.
Note de la Rédaction : 7/10

QUI MIEUX QUE VOUS POUR PARLER DE CETTE ADRESSE. RECUEIL D'IMPRESSIONS APRÈS LE PETIT CAFÉ QUI CLÔT LA PAUSE-DÉJEUNER.


01 02 03

1/Guy et Frédéric : C'est un petit resto accessible. On vient ici pour manger tout simplement. La viande est fraîche et de qualité. Et c'est copieux sinon on ne reviendrait pas ! **2/ Sacha :** On sait qu'ici le service est rapide. Pour la pause-déjeuner, on n'a pas vraiment le temps d'attendre. Là on commande, et en quelques minutes votre plat arrive. Aujourd'hui, je me suis laissé tenter par une tartiflette. Une cuisine traditionnelle simple et efficace. **3/ Luc dit Pompon :** Je viens tous les midis ! Avec notre petite équipe de vieux copains, c'est comme notre Quartier Général. Et quand on a mangé, on n'a plus faim ! La bavette d'Aloyau servie avec des frites maison est extra mais attention, pas d'échalotes pour moi !



L'atelier du Colombier Expressions autour du verre



Des tintements clairs et harmonieux s'échappent puis un silence. Lorsque nous rejoignons Pascale Hervé dans son atelier, la jeune femme use de son rabattoir pour travailler la structure et la luminosité du précieux verre, qui se transformera sous ses doigts en une merveille de vitrail. Son apprentissage, elle le fait depuis un an, au contact de Jean Moreau maître verrier, sculpteur, céramiste raku, créateur d'émaux. Une histoire d'amitié qui a débuté à la suite d'une exposition au donjon. Lorsque l'artiste lui propose de lui transmettre son savoir-faire pour passer la main, Pascale fait preuve de curiosité et d'enthousiasme pour explorer son sens du manuel. Aujourd'hui, elle exprime pleinement son art du vitrail pour jouer avec les couleurs et les lumières. Des créations classiques ou contemporaines très loin de l'esprit du vitrail d'église, pour habiller les murs, les fenêtres, les portes. Atelier et galerie à découvrir du lundi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h. Portes ouvertes les 30 avril et 28 mai avec démonstration devitraux, émaux, tournage sur bois, mosaïque et patine sur bois.

➜ 1 rue du Colombier Quartier Saint Vivien à Pons
Tél. 05 46 91 57 45 et 06 78 55 46 97

Actualités



Être un homme politique au XXè siècle

Jusqu'au 29 avril, le site de Jonzac des Archives départementales (rue Sadi Carnot) propose de nous plonger dans l'histoire de la vie politique en Saintonge à travers le portrait de Louis Joanne, médecin et homme politique saintongeais (1924-2005). À partir d'un fonds d'archives privées qui s'étend sur une période de 1956 à 2002, remis par sa veuve en 2007, l'exposition revient sur l'engagement politique de cet homme qui fut député, conseiller général, président du Conseil de développement du pays de la Haute-Saintonge et maire de Chevanceaux. L'exposition marque le dernier volet d'un ensemble de trois manifestations destinées à illustrer l'histoire de la vie politique en Saintonge à travers les archives publiques et privées conservées dans le département.

➜ **Entrée libre du lundi au vendredi de 13h30 à 17h / Tél. 05 46 48 91 13**

L'ACTU DES CANTONS

Premier prix

Catherine Louis décroche le prix du Chat perché au concours littéraire international Les Cordées organisé par l'APF, pour son conte « Ameline et la reine des Cox ».

Piéton du samedi matin

Le samedi matin, jour de marché, la rue Émile Combes à Pons est désormais piétonne dans sa partie cœur de ville. De nouveaux commerçants de bouche prendront place sur des étals positionnés sur le bitume. Un nouvel aménagement qui fait figure de complément du marché sous les halles, et qui se tiendra tous les samedis jusqu'à l'automne ainsi que les jours de foire.

Aux thermes du renouveau

5 millions d'euros d'investissement consacrés durant l'hiver 2009-2010 à des travaux d'agrandissement, 5000 mètres carrés au sein des carrières d'Heurtebise dédiés aux soins en rhumatologie, en phlébologie et pour les voies respiratoires, 10277 curistes en 2010 : ce sont les chiffres des Thermes de Jonzac qui entament leur nouvelle saison. Objectif 2011 : atteindre les 11000 curistes.

Sur la piste d'un club

Affilié à la Fédération française, le club Aéromodélisme de Haute-Saintonge a récemment vu le jour. Lieux « d'entrainement » de la quinzaine de licenciés : l'aérodrome de Jonzac-Neulles. Parmi les activités de l'association : des ateliers de construction et de réparation et des initiations au vol à moteur thermique et électrique, vol de planeur remorqué… Tél. 09 65 17 93 35 / www.aeromodelismedehautesaintonge.e-monsite.com

Récompense

Installé à Saint Fort sur Gironde, l'auteur François de Linares a reçu pour son ouvrage « Campagne d'Italie 1943- 1944, Cassino-Rome-Sienne, l'affrontement des cinq armées », le trophée Armée et Défense 2010 décerné par l'Union nationale des officiers de réserve (Unor).

www.astuces-charentes.fr.

Un nouveau site concocté par deux maritimes (Audrey et Manuel Baranger) pour trouver des idées de sorties, de spectacles, de brocantes des grandes villes et des villages. Des rubriques assorties d'un coin astuces avec de vrais trucs de grand-mère.

Nounous 17

Vous recherchez un(e) assistant(e) maternel(le) agréé(e) pour votre enfant. Le Conseil général de la Charente-Maritime met à votre disposition en ligne la liste des assistant(e)s maternel(le)s agréé(e)s de votre département. Pour connaître leurs disponibilités, il est recommandé de les contacter directement. Vous pouvez aussi demander conseil auprès du secrétariat de la Protection Maternelle Infantile (PMI) de votre Délégation Territoriale. charente-maritime.fr

Studio Alain Routet

CADRES DE VIE Le premier sourire de bébé, l'anniversaire des grands-parents, une journée à la plage, le plus beau jour de votre vie… ces précieux moments d'émotion, vous avez su les « capturer ». Et pour magnifier tous ces instants personnels, retrouvez chez votre professionnel, un large choix d'albums, de cadres de toutes dimensions et de couleurs, à prix promotionnel. Intensité d'un jour, souvenir pour toujours, l'image ainsi embellie se donne à partager, à vivre ou à revivre en famille ou entre amis, plutôt que de rester confinée dans l'écran d'ordinateur… ■ **40 place du château à Jonzac / Tél. 05 46 04 00 25 / studioroutet@sfr.fr**



BÉNÉFICIEZ D'UNE RÉDUCTION DE 15%
SUR LES CADRES ET ALBUMS, SUR PRÉSENTATION DU MAGAZINE

(offre valable du 4 au 30 avril 2011).

Ici magazine recherche

pour remplacement maternité 2 rédacteurs / rédactrices de publi-reportages.
Profil : vous êtes opérationnel(-le) et possédez une expérience dans la presse écrite (régionale, mensuels, hebdomadaires, quotidiens). Vous vous intéressez à l'actualité économique et commerciale du département. **Exigences :** très bonne maîtrise du français, rapidité d'exécution. Contrat : CDD plein temps basé à proximité de Saintes. Salaire : Smic.
➜ **Envoyez vos Cvs sur info@icimagazine.com**



Et la gagnante est…

Bravo à Paulette qui remporte la sélection d'ouvrages sur la Charente-Maritime mis en jeu dans nos pages. Une bonne réponse, un tirage au sort heureux et la Pontoise va pouvoir se consacrer à quelques heures de lecture…

Plantes, dis-moi comment tu pousses ?



En mars dernier dans le cadre d'une semaine d'ateliers à la Jardinerie du Porche à Pons, les petites mains de l'école maternelle Agrippa d'Aubigné ont enfilé leur tablier pour découvrir les joies du jardinage. Encadrés par les étudiants en CAP production horticole à la MFR de Cravans, ils n'ont pas hésité un instant à relever les manches pour tripatouiller la terre. Au programme : plantation de fraisiers, découverte des graines potagères, plantations de fleurs en jardinières et goûter bien mérité !

Pat'Danse

AU RYTHME DE VOS FESTIVITÉS Un anniversaire, votre mariage, un thé dansant, une soirée animée pour camping, voilà des événements que l'on veut réussir plus que tout ! Avec un répertoire très large, de la valse musette à la techno, voire une playlist de votre composition, Patrice vous assure une prestation de qualité, basée sur une expérience de 30 années d'orchestre et sur une formation auprès de DJs professionnels ! "Ensemble, nous ciblons votre demande et établissons une fiche de préparation pour concocter une ambiance spécifique. Que votre fête commence…" ■ **Devis sur demande. ☎ Tél. 05 17 24 60 18 et 06 59 58 18 36**



David Gougnon

LAISSEZ VOYAGER VOTRE IMAGINATION EN 3 D Après des années durant lesquelles il a habilement mêlé son métier de soudeur et sa passion pour la sculpture sur pierre, David Gougnon a enfin décidé de s'installer à son compte comme artisan. D'un bloc de pierre de notre région, il crée : numéro et nom de maison, initiales, blason, logo, clé de sol, guitare… Ses créations artisanales sont destinées à une décoration design d'intérieur et d'extérieur. Vous avez des idées, des envies d'objets uniques ? Parlez-en à David, elles sont certainement réalisables ! ☎ **15 rue de la Croix 17260 Villars en Pons / Tél. 06 81 57 93 10 / david.sculpteur@sfr.fr**



Tendance Canine

TOUT POUR MON TOUTOU Passionnée par les animaux depuis sa plus tendre enfance, c'est tout naturellement que Bélinda a ouvert les portes de son domicile en octobre 2010 à son activité de toilettage. Un espace spécifique a été entièrement étudié pour accueillir chats et chiens dans une hygiène irréprochable. "Je prends le temps de travailler, uniquement sur rendez-vous, ainsi je ne fais pas patienter les animaux dans des cages d'attente. Chaque animal est chouchouté et entretenu avec soin et avec des produits de qualité", explique Bélinda, qui propose également des accessoires et des médailles à personnaliser. ■ **Accès et stationnement facile ☎ 4 bis rue de Tivoli à Montendre / Tél. 07 86 02 16 46**

Emploi à domicile : le dispositif du crédit d'impôt

Tout particulier qui emploie une personne à domicile (ménage, jardinage, garde d'enfants, assistance informatique…) peut bénéficier d'un crédit d'impôt. La moitié des dépenses engagées peuvent donc être déduites de l'impôt sur le revenu, dans la limite de 12 000€ de dépenses par an, soit un crédit maximum de 6 000€. Ce plafond est augmenté de 1 500€ par personne à charge, ou par membre du foyer âgé de plus de 65 ans. Cependant, la limite est fixée à 15 000€. Ce plafond peut atteindre 20 000€ pour les contribuables invalides ou ayant à charge une personne invalide ou handicapée. Trois services à la personne bénéficient d'un plafond moins élevé : les petits travaux de jardinage (jusqu'à 3 000€ par an), les prestations de petit bricolage (jusqu'à 500€ par an) et enfin l'assistance informatique et internet à domicile (jusqu'à 1 000€ par an). Le particulier peut également bénéficier d'avantages fiscaux comme l'abattement de 15 points sur les charges patronales lorsque la personne est employée directement et une TVA à 5,5% lorsque la personne est employée via une entreprise ou une association.

➔ Source : www.toutsurlesimpots.com

Les Jardins de Saintonge





SAVEURS AU MENU Parce qu'il est important, à tout âge, de stimuler notre goût et l'appétit avec une belle présentation, la résidence médicalisée Les Jardins de Saintonge organise régulièrement des repas et goûters à thème qui égayent les papilles autant que l'esprit des résidents. Pour l'occasion, le chef de cuisine, Nicolas Jean-Jacques, s'affaire aux fourneaux pour concocter un menu en adéquation avec la thématique retenue. Ainsi le 22 mars, l'ambiance des îles s'est invitée à la résidence. Paréos et colliers de fleurs ont fait office de tenue de circonstance pour déguster les plats typiques des Antilles : salade de fruits de mer, carry de poulet, œufs au lait de coco… Prochain rendez-vous gourmand : un goûter de Pâques qui promet d'être chocolaté ! ➔ 1 rue des Brunettes à Saint Genis de Saintonge / Tél. 05 46 49 86 38 / lesjardinsdesaintonge@residalya.com

Le Jardin des Loges



Le jardin des Loges est une maison de retraite médicalisée offrant 83 places avec une unité spécialisée pour personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer. Elle se situe au cœur de St Bonnet sur Gironde dans un cadre privilégié près du port de Vitrezay. Depuis 1 mois, Marion Porcarelli, la nouvelle psychomotricienne, est venue rejoindre l'équipe pluridisciplinaire du Jardin des Loges. Par des actions de dépistage de prévention et de rééducation, elle intervient auprès des personnes âgées. Dans le cadre de séances individuelles et de groupes, elle permet aux résidents de maintenir au mieux leur autonomie tout en apportant des solutions d'une part aux troubles psychologiques exprimés par le corps, et d'autre part aux pathologies inhérentes au sujet âgé. Elle crée ainsi des mises en situation et des apprentissages spécifiques, comme par exemple des ateliers de stimulations sensorielles visant à redonner du sens à l'environnement ou des ateliers de gym douce proposant un travail de mobilisations et de conscience corporelle induisant un maintien des capacités psychomotrices. **➔ Le Bourg à St Bonnet sur Gironde / Tél. 05 46 86 08 08 / Fax : 05 46 04 34 90 / lejardindesloges@residalya.com**

Habitat



NESTREST

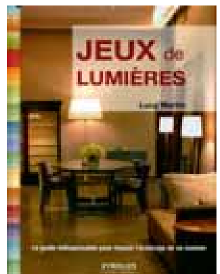
Il vous offre un sanctuaire entre ciel et terre tout en intimité. Il sera le compagnon rêvé pour la relaxation, la méditation ou pour bavarder sous le soleil ou les étoiles. C'est Nestrest. Pour réaliser Nestrest, nous avons utilisé une fibre Dedon particulièrement robuste *(4cm, et non pas 2cm comme d'habitude)*. Le résultat : une toile porteuse aux qualités extraordinaires. À l'abri des regards indiscrets, vous pouvez toujours jeter un œil à travers pour voir ce qui se passe dehors. La cachette idéale !

■ **www.dedon.de**

SRS

SAINTONGE RÉFRIGÉRATION SERVICE Diplômé en génie thermique et installé à son compte depuis 12 ans, Arnaud Sahuc est spécialisé dans l'installation, le dépannage et l'entretien de vos climatisations et pompes à chaleur. Épaulé de ses 2 salariés, Thibaut et Romain, techniciens frigoristes, Arnaud assure avec brio étude, devis et interventions sur le terrain. Face aux nouvelles réglementations concernant (entre autres) l'entretien des pompes à chaleur, cette équipe qualifiée dispose de toutes les compétences requises pour assurer le bon fonctionnement de vos appareils. Une entreprise sérieuse qui a largement fait ses preuves, tant au niveau des particuliers que des professionnels. **➜ ZA chemin du Poteau à Saint Genis de Saintonge / Tél. 05 46 04 97 67 / 06 34 20 05 84**





Jeux de lumières, le guide indispensable pour réussir l'éclairage de sa maison

Souvent grande oubliée de la décoration, la lumière a pourtant une importance capitale pour rendre à un intérieur toute la personnalité qu'on lui a imaginé. Ce guide donne les règles à connaître dans lesquels les technologies économiques, tels que les LED, sont largement représentées.

➜ 20,90€ chez www.eyrolles.com



AJM Menuiserie

TRAVAIL SOIGNÉ De toutes les matières, c'est la rénovation qu'il préfère ! Jean-Michel Annereau s'attache à remettre au goût du jour votre intérieur, selon vos besoins et vos envies. Artisan polyvalent, il s'applique à de multiples tâches : aménagement de placards, pose de parquet, fabrication de portes intérieures et de volets bois, pose de menuiserie PVC, Alu, Bois, finitions (baguettes, plinthes…). Le plus ? Un travail soigné et propre, qui ne peut qu'ajouter de la valeur et de la qualité aux chantiers réalisés. **■ 14 chemin du grand Chassac à St Genis de Saintonge / Tél. 06 89 20 68 69 jean_mi_annereau@yahoo.fr**

Pierre et bois



PORTES OUVERTES SUR LA MAISON BOIS L'entreprise Pierre et Bois vous donne rendez-vous du 21 au 25 avril pour vous présenter son activité et ses produits. L'occasion de faire le point sur la maison ossature bois et BBC en matière d'habitat. Spécialisée dans les techniques de maçonnerie à l'ancienne, l'équipe de Pierre et Bois travaille en harmonie avec la nature et construit pour l'avenir avec l'art de l'ancien temps : enduits à la chaux, pierres travaillées, charpente traditionnelle… **■ Pour plus d'infos : www.pierreetbois.info et www.lamaisonenbois.info ➜ 204 route de Royan à Médis / Tél. 09 52 92 13 18 - 06 30 34 89 46 et 06 83 69 08 07 / info@pierreetbois.info**

Diag'Éco



EXPERTISE CERTIFIÉE François Bironneau vous accompagne dans vos transactions immobilières, afin d'effectuer les différents diagnostics nécessaires : le DPE dans un premier temps, pour l'annonce sur Internet ou chez votre agent immobilier, et ensuite votre dossier technique composé de rapports précis et détaillés. Des éléments indispensables à présenter aux futurs acquéreurs !



■ Le DPE pour votre maison de 100 à 200m2 pour 90€ TTC ! ☎ François Bironneau 1 Bis place Saint Pierre à Saintes (1er étage) / Tél. 05 46 26 66 25 (fin de journée) et 06 80 67 57 99 f.bir@orange.fr

Jardin

Le ver à tout faire !

Appelé aussi vermicompost, le lombricompostage vous permet de réaliser votre propre compost, même si vous n'avez pas de jardin ou simplement une petite cour ou encore si vous êtes en appartement sans accès à l'extérieur... grâce aux vers de terre ! Zoom sur une technique qui fait ses preuves…

Quel composteur choisir ?

Il existe beaucoup de containers différents pour faire du lombricompostage. Ils peuvent être en bois, en plastique, en frigolite, avec un aspect plus ou moins esthétique suivant les fabricants. Vous pouvez également le construire vous-même, à l'aide de bacs de poissonnerie (en frigolite), de bacs en plastique ou simplement d'une vieille poubelle. L'essentiel étant que les parois de votre composteur ne laissent pas passer la lumière.

Où placer le lombricomposteur ?

Vous pouvez placer les bacs à l'extérieur mais attention aux gelées : les lombrics préfèrent une température avoisinant les 20]C. Prenez donc garde à ne pas trop els exposer à la chaleur non plus, ce qui, en plus, a tendance à augmenter la décomposition de vos déchets. L'idéal, c'est à l'intérieur de la maison. La température y est assez constante, les vers se développeront de façon optimale.

Halte aux idées reçues !

Le lombricompost ne sent pas mauvais, à partir du moment où vous le gérez convenablement : une mauvaise odeur indique que les vers de terre n'ont pas eu le temps de manger tous vos déchets et que ceux-ci se décomposent. Commencez par limiter leur apport, les odeurs désagréables disparaîtront d'elles-mêmes. Avec une bonne gestion, les lombrics sont en pleine forme, la décomposition se fait sans problème et vous ne sentez rien.

Une nourriture riche

Que donner à manger aux lombrics ? Les vers adorent le papier, le carton ondulé, les cartons à œufs. Ils s'y réfugient, s'y reproduisent et s'en régalent. Le carton sert aussi d'appoint de carbone et pompe l'excédent d'eau. Côté déchets, oui aux restes de fruits et légumes (sauf agrumes, oignon et ail), les marcs de café et les sachets de thé, les rouleaux de papier toilettes terminés, les mouchoirs et serviettes en papier… Évitez en revanche les restes de viande et de poisson, ainsi que els matière trop dures (les vers n'ont pas de dents). Les vers de compost sont gloutons, ils mangent jusqu'à une fois leur poids par jour !

➜ Plus d'infos sur www.compostage.info



lombricompost moulibox

Pas besoin d'une installation encombrante, ni d'un jardin démesuré pour s'adonner au compostage. La Moulibox est un mini composteur d'intérieur permettant d'apprendre le processus du recyclage des déchets organiques par les lombrics. Elle permet de recycler de petites quantités de déchets organiques ménagers (environ 10 kilos par an), et de produire ainsi du lombricompost pour vos plantes. Le plus à noter : le mode d'emploi papier est entièrement recyclable par la Moulibox elle-même, la conception et la fabrication sont 100% françaises ! **➜ http://www.moulibox.fr**

Twist le lombric

Le lombricompostage expliqué aux enfants, c'est possible avec ce livre qui mêle conte et atelier pratique à réaliser en famille. À travers l'histoire de Zoé, une taupe qui voudrait bien voir pousser ses fleurs, et de ses amis les lombrics, petits et grands apprennent à fabriquer et gérer leur propre compost. Ludique et écologique !

➜ Auteur : Flora Bernard
Illustrations : Pierre Cornuel
Éditions Viatao



Loïc Édouard

TRAVAUX DE SAISON Taille, tonte, élagage, plantations, semis de pelouse… Les chantiers à réaliser au jardin ne manquent pas avec le retour du printemps ! Loïc Édouard le sait bien, et c'est pourquoi il vous propose son expérience et ses services pour entretenir et faire vivre vos espaces verts au gré des saisons. Dans la palette de ses compétences, le désherbage écologique retient également toute notre attention : un moyen efficace et respectueux de l'environnement pour lutter contre les mauvaises herbes. Le plus à noter : Loïc Édouard fait partie d'une coopérative d'artisans qui vous permet de bénéficier de la défiscalisation sur les prestations effectuées ! **■ Possibilité de contrats annuels à l'année, devis gratuit. ➜ Bazille à Saint Médard Tél. 05 46 04 16 33 et 06 76 67 72 87**

Julien concept



GRAINES D'IDÉES Artiste de nos espaces verts, c'est au jardin que Julien exprime sa créativité. En cette période de renouveau printanier, il apporte une touche d'esthétique et de verdure à nos espaces, à travers la conception paysagère, l'arrosage, le dallage, les bassins et plantations exotiques… "Les pièces d'eau au jardin créent une ambiance particulière, on s'y détend instantanément." À la façon d'un sculpteur de terrain, ce professionnel analyse chaque surface pour en sublimer tout le potentiel. **■ Devis gratuit. Étude personnalisée. ➜ 4 rue des Mille Fleurs à Saint Léger / Tél. 05 46 93 18 78 et 06 45 74 18 61 / www.julienconcept.fr / contact@julienconcept.fr**

Secrets de Jardin



UN SOL RICHE POUR VOS PLANTATIONS "En avril, on prépare le terrain. En pleine terre, en bac ou en pot, l'amendement est une étape essentielle : il a un rôle prépondérant sur le résultat de vos futures plantations. Issu des déchets animaux (fientes, purin, déjections…), l'amendement organique est une véritable source positive pour enrichir le sol. Quelle que soit la nature de votre terre, calcaire ou argileuse, on obtient des résultats impressionnants avec un bon amendement organique : le sol est plus noir, agréable à travailler, et la nutrition des végétaux est facilitée. En granulés ou en poudre, l'amendement organique se distribue à la volée en pleine terre, qu'on retourne ensuite avec un râteau pour un léger enfouissement, la pluie favorisera ensuite sa dégradation. En bacs ou en pots, il faut enfouir l'amendement organique, car les animaux domestiques en raffolent !" C'est en utilisateur de tous les produits qu'il vend que Jean-Luc Liénard vous conseille pour préparer au mieux vos plantations de printemps. Un tour dans ses serres vous permettra d'appréhender la richesse de ses cultures et son souci d'élever chaque sujet dans le respect de ses besoins organiques. Une fois votre sol riche et préparé, reste à composer votre jardin, entre plantes potagères, arbustes d'ornements et vivaces… Place à la créativité ! **■ Ouvert 7j/7, dimanche et jours fériés. ➜ D24 Route basse à Dompierre sur Charente (entre Saintes et Cognac) / Tél. 05 46 91 2000**

Jardin gagnant !

Tentez de remporter un des 15 paniers à garnir (valeur 30€) mis en jeu par Secrets de jardin, en répondant à la question suivante : **Question : À partir de quels déchets se compose l'amendement organique ?**

Nom et prénom

Adresse

Tél.

☐ Cochez pour recevoir la newsletter d'Ici Magazine

Mail

Bulletin à retourner avant le 29/04/2011 à Ici Magazine Jeu Secrets de jardin ZA la Sauzaie / 17100 Fontcouverte Tirage au sort le 02/05/2011 dans les locaux d'Ici Magazine. Une seule participation par famille (même nom, même adresse). Lot d'une valeur de 450€ (15 paniers d'une valeur de 30€ chacun). Règlement du jeu disponible sur demande. Conformément à la loi Informatique et Libertés du 6 janvier 1978, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition que vous pouvez exercer en vous adressant à : Ici Magazine Zone de La Sauzaie 17100 Fontcouverte.

Tendances

Horoscope

BÉLIER De l'agitation dans l'air ! Rien ne pourra vous déstabiliser vous tentez-le tout pour le tout. Ce regain d'énergie pourrait fatiguer votre entourage : attention, un danger peut découler d'une telle attitude… Conflits, querelles, tensions sont à redouter !

TAUREAU Vous avez des projets en tête ! Envie d'avancer de parler avenir à deux ? N'hésitez pas à demander des conseils, de l'aide, des appuis. Quoi qu'il en soit, vous serez un bon consommateur car vous trouverez toujours l'affaire qui vaut le coup !

GÉMEAUX 1et et 2è décan, tout ira dans le bon sens ! 3è décan, des épreuves et difficultés pourraient venir compliquer votre sécurité chez vous ! Certains envisageront de voyager pour s'aérer la tête ou de déménager.

CANCER Ne cherchez pas les cancers ce mois-ci, ils n'apparaîtront en public que par obligation ou parce qu'ils le décident ! Le reste du temps ils seront recroquevillés derrière leur carapace en attendant que la tempête passe ! Ils aspirent au calme et à la détente.

LION Belle progression ! Vous avez décidé de prendre la vie du bon coté, votre bonne humeur déteint sur votre entourage ! C'est aussi le temps des récompenses, des honneurs tout ce que vous mettez en place depuis des mois rencontre un franc succès !

VIERGE Si vous êtes dans le commerce, attendez-vous à de bonnes opportunités (contrat très intéressant, augmentation des ventes…). Pour les autres, on parlera surtout de formation, de stage, l'idée est de peaufiner vos connaissances professionnelles !

BALANCE L'ambiance du mois n'est pas au beau fixe avec la famille ! Attendez vous a devoir régler des choses en retards. Saturne ne vous aidera pas ! Il peut provoquer des blocages, des situations lourdes à gérer.

SCORPION Des changements assez profonds touchent votre vie conjugale, affective mais aussi la vie de vos enfants ! Cette mutation vous oblige à prendre conscience de certaines choses. Il est peut être temps de regarder dans une autre direction et de vous ouvrir vers de nouveaux horizons.

SAGITTAIRE Après quelques mises au point des plus directes et des plus franches avec votre partenaire, vous vous déciderez à faire la paix et à faire régner un climat plus serein. Vous chercherez à améliorer le côté culturel de votre personnalité : lisez, allez au théâtre, aux concerts…

CAPRICORNE Ambiance conjugale chaleureuse. Vous vous sentirez très proche de votre conjoint ou partenaire. Si vous vivez seul, vous séduirez par votre fougue, votre ardeur. Saturne refusera pendant toute l'année de vous laisser aller à vos caprices.

VERSEAU À vous les plaisirs de l'amour ces jours-ci ! La volupté et la sensualité seront au rendez-vous avec votre conjoint ou partenaire. Si vous vivez seul, votre idéal sentimental arrive… Un Bélier ou un Lion ? Regardez bien dans votre entourage : l'amour vous y attend.

POISSONS Pluton pourra affecter votre comportement en matière d'argent. Attention, donc, à ne pas jeter vos économies par les fenêtres. Il est conseillé de pratiquer un sport quelque peu violent de façon intensive pour employer de façon positive votre trop-plein d'énergie.

■ Isabelle Hot Astrologue Cartomancienne Professionnelle. Voyance téléphone 05 46 91 76 51 ou rdv isabelle.hot@wanadoo.fr



Inspirations marocaines

Lèvres à aimer… Un nom évocateur pour ce baume à l'huile d'argan, cire d'abeille, beurre de karité et mangue, signé Les Sens de Marrakech. Nourrissant et réparateur, il s'applique facilement et laisse les lèvres douces, prêtes à affronter les grands froids comme les chaleurs estivales. À emporter partout !

www.lessensdemarrakech.com



Nat & Co



EN TOUTE COMPLICITÉ Impossible de ne pas avoir remarqué cette nouvelle boutique, rue Sclafer à Jonzac. Nous nous arrêtons devant la vitrine qui dévoile une mode féminine à souhait, un top à petites fleurs style Liberty ou encore une tunique aux délicates broderies. Car vous l'aurez compris, ce magasin ouvert depuis le 1er avril, nous propose des articles « tendance » et abordables pour nous qui adorons jouer les Pretty Women ! Rencontre avec Nathalie, tout droit venue de Toulouse pour s'installer à Jonzac, sa cité de cœur.

Quel est l'esprit de la boutique ?

Nathalie : Un endroit chaleureux dans lequel on se sent bien, où l'on peut discuter entre deux essayages des dernières tendances vestimentaires avec une collection très souvent renouvelée. L'idée, c'est de créer un rendez-vous autour d'un café, histoire de voir ce qu'il y a neuf chez Nat ? Un esprit «entre copines» où l'on prend le temps de se faire plaisir sans se ruiner.

■ Du mardi au samedi. ➜ 10 rue James Sclafer à Jonzac / Tél. 05 46 48 52 97

POUR TOUT ACHAT RÉALISÉ AVANT LE 30 AVRIL 2011, NAT VOUS OFFRE UN CADEAU. SYMPA LA MISS !

Sandra Coiffure



OUI À LA BEAUTÉ ! Vous avez fixé votre date de mariage ? Félicitations ! Loin du stress des préparatifs, Sandra, votre styliste visagiste se déplace à domicile pour vous conseiller et sublimer votre chevelure. Afin de mieux cerner vos envies, cette professionnelle vous propose un forfait mariage d'un ou deux essais plus le Jour J. Pas de mariage en perspective ? Mais les nouveautés de printemps vous intéressent ? Sachez que la tendance 2011 est au naturel aussi bien dans la couleur que dans la coupe. En plus d'apporter du relief, les effets méchés jouent la blondeur, tandis que les franges et les carrés plongeants dynamisent les coiffures. ■ Secteur d'intervention : Saint Ciers du Taillon, Brie sous Mortagne, Saint Thomas de Conac, Mirambeau, Saint Fort sur Gironde et alentours ➜ Tél. 06 71 03 26 59

C'est vous qui le dites

NOUS LES FEMMES, AVONS TOUTES UN PETIT SECRET DE BEAUTÉ, UN GESTE QUOTIDIEN POUR ILLUMINER NOTRE TEINT, REHAUSSER LE REGARD, METTRE EN VALEUR NOS ATOUTS NATURELS. CONFIDENCES AVEC UNE POIGNÉE DE BELLES DE JOUR.


01 02 03 04

1/ Alexandra : J'applique un soin du jour Diadermine et tous les 15 jours, je fais un gommage pour nettoyer et faire respirer la peau. Une petite touche sur les yeux vient finaliser mon maquillage plutôt léger. Pour mes cheveux, j'ai opté pour une coupe au carré avec quelques mèches blondes. Je les hydrate de façon régulière. **2/ Fanny :** J'utilise un produit démaquillant nettoyant pour peaux sensibles. Je suis plutôt adepte du fond de teint fluide pour le côté hydratant. Je pose ensuite une poudre pour dissimuler les rougeurs et les cernes. Sur les lèvres, j'aime associer un crayon de couleur pour les contours et un gloss dans les tons roses ou naturels. Discrétion également pour le maquillage des yeux avec du mascara, un trait de crayon et un fard à paupière blanc lumineux ou couleur peau. **3/ Alexia :** Mon secret ? Juste une crème hydratante le matin et un soin démaquillant le soir. Mon teint hâlé tient au fait de ma profession, je suis agricultrice. Je suis très naturelle, pour mes yeux simplement du mascara, parfois du eyeliner. Quant à mes cheveux, un séchage à l'air libre et c'est tout ! **4/ Vanessa :** Mon produit de beauté quotidien : Mixa hydratant visage. Confortable, ce soin tient toute la journée. Mon maquillage porte sur le regard : du mascara et du crayon noir pour faire ressortir mes yeux couleur noisette. De temps en temps, je mets du vernis à ongles. Pour ma coiffure, j'aime faire ressortir des mèches blondes et cuivrées.

Nat & Co fait son défilé de style

DERRIÈRE CETTE ENSEIGNE, UNE PERSONNALITÉ À DÉCOUVRIR PRÉNOMMÉE NATHALIE QUI PLACE TOUTES SES IDÉES ET SA VITALITÉ AU SERVICE DE LA MODE. DANS SA BOUTIQUE DE PRÊT-À-PORTER ET D'ACCESSOIRES, UNE COLLECTION TENDANCE ET 100% FÉMININE. PETIT APERÇU AVEC UNE POIGNÉE D'AMIES, MANNEQUINS D'UN JOUR DANS LES RUES DE JONZAC.



1/ Pauline porte un top mousseline ras du cou (53€) tout en légèreté sur un pantalon blanc slim (80€). Une tenue chic et décontractée accessoirisée d'un large bracelet de billes argentées (23€) et d'un sac à main Liberty (35€). **2/ Élodie** aime les matières confortables. Un look black and white qui joue sur la fluidité du pantalon (34€), la fine originalité du t-shirt (84€) et la délicatesse du cache-cœur (19€), volontairement dénoué pour plus de mouvement. **3/ Marion** est parfaitement raccord avec le ton de la mode printemps-été 2011 : des beiges aux imprimés discrets de la tunique col à lacet (64€), au blanc cassé du pantalon coupe droite (108€). Le bracelet (32€) et la fine ceinture ajoutent une petite note colorée et harmonieuse. **4/ Manine** affiche une silhouette moderne avec un t-shirt près du corps (42€) et une veste courte cintrée aux jolies finitions (60€). Le jean brut (85€) donne de l'intensité à l'allure. On aime : le chech (41€), touche subtile et raffinée. **5/ Nathalie** a adopté cet ensemble t-shirt imprimé Apache col rond (43€) et pantalon jean (90€) pour un effet très longiligne. Simplicité et efficacité toute féminine dans ce look finalisé par un bracelet de cuir (32€) et un collier discret. **6/ Sofi** joue sur les contrastes des couleurs et des matières. Beige rosé pour la blouse à pois mousseline portée avec un large nœud (29€) et le noir intense du pantalon (80€). Très mode, le petit collier pendentif (16€) vient appuyer la douceur du top.

DISCOUNT Traiteur

Simplement BON







CONCEPT RÉSOLUMENT INNOVANT ET INÉDIT EN CHARENTE-MARITIME

Discount Traiteur est en passe de s'imposer comme un service incontournable au rayon traiteur. Autour de valeurs simples, la cuisine se veut aujourd'hui accessible et travaillée à base de produits frais et maison, pour un coût rationnel et une qualité gustative recherchée. Cassolette du pêcheur, Parmentier de foie de volaille au Cognac, Feuilleté de saumon sur lit de poireaux, Lapin confit maison et ses flageolets verts, Crème brûlée, Tartelette aux fruits frais, Moelleux au chocolat… Cuisine de terroir et plats traditionnels se déclinent au gré des saisons pour notre plus grand bonheur et pour tous nos événements. Des recettes élaborées par des professionnels qui vous assurent la garantie de leur savoir-faire de la fabrication à la transformation des produits. Dîner entre amis ou repas d'entreprise, réunion associative ou de club sportif, il y a toujours une occasion de faire appel à Discount Traiteur. Avec des menus à partir de **7€** à emporter et **13€** avec service* (entrée/plat/dessert), plus besoin de se creuser la tête pour faire plaisir et régaler tous vos convives ! À noter également, les formules "Mariage", à partir de **26€** par personne, et à partir de **28€**, pièce montée comprise !





*Voir conditions.

Saveurs



Éric Chaubenit

UNE ÉQUIPE À VOTRE SERVICE Préparer de bons petits plats portés à domicile, dans le souci de satisfaire le plus grand nombre, le service traiteur d'Éric Chaubenit déploie au quotidien une équipe qualifiée et impliquée pour vous offrir un service de qualité. Lorsque vous contactez Delphine, votre interlocutrice privilégiée pour vous accueillir et vous renseigner, tout se met en marche. Aux fourneaux, sous la direction d'Éric Chaubenit, tandis que Nathalie prépare les recettes froides, Éric et Rudy s'occupent des plats chauds, et ce dernier veille surtout à respecter les régimes alimentaires de chacun (régime sans sel, sans gras, diabétiques…). Une fois les repas prêts, c'est là qu'interviennent les livreurs, chacun sur son secteur : en Charente-Maritime, ce sont Michel, Ghislaine, Annie et leurs sourires qui vous livrent une cuisine savoureuse et pleine de convivialité. Une équipe de choc pour un portage de repas à domicile pratique, disponible et efficace !



■ **Zone d'Activité Les Pins à Saint Aubin de Blaye (33), sortie autoroute 38 Tél. 05 57 32 76 72 / traiteur.chaubenit@wanadoo.fr / www.chaubenit-traiteur.com et www.repas-domicile.com**



Thé ou café ?

VÉRITABLES RITUELS INSTAURÉS À DES MOMENTS PRÉCIS DE LA JOURNÉE, LES BOISSONS EXCITANTES COMPTENT BON NOMBRE D'ADEPTES… ET VOUS, VOUS ÊTES PLUTÔT THÉ OU CAFÉ ? AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS, QUI SORT VAINQUEUR DU MATCH THÉ VS CAFÉ ?

Tea time

On prête de nombreuses vertus au thé. En fait, il dispose des mêmes avantages et inconvénients que le café, puisque la théine qu'il renferme est… la molécule équivalente à la caféine du café ! Il est cependant important de noter que plus le thé infuse longtemps plus il libère de théine (sachant que le thé contient en moyenne deux à trois fois moins de cette molécule excitante que le café). Du coup, le thé risque moins de créer des troubles du sommeil ou une agitation mais tout dépend de la quantité absorbée au cours de la journée.

Jamais sans mon kawa

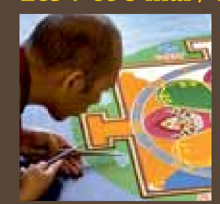
La caféine est un excitant bien connu. Elle augmente la vigilance, procure une sensation de dynamisme, aide à la concentration. Bref, le café nous booste et, autre avantage, il est riche en antioxydants qui nous aident à lutter contre le vieillissement. Sauf que trop de café nous fait dérailler : anxiété, irritation, accélération du rythme cardiaque voire des problèmes digestifs. Et côté sommeil ? Cela varie selon les personnes mais la quantité de café consommée pendant la journée influence le temps que l'on met à s'endormir et la qualité de notre sommeil !

What else ?

Match nul donc. Et à part ça ? Le chocolat chaud n'est pas forcément une mauvaise option à l'heure du goûter surtout si on choisit un chocolat en poudre raisonnablement sucré ou, encore mieux, qu'on se fait juste fondre quatre carrés de chocolat et qu'on y ajoute du lait : calcium et saveur !

Date à retenir !

Les 7 et 8 mai / Salon Bio-Nature et Bien-Être



Le Salon Bio-Nature et Bien-être Atlantica, organisé par les Chantiers du Futur, s'installe au cloitre des Carmes de Jonzac pour deux jours d'animations. Le thème retenu cette année : "L'Irradiations des aliments et Nanoparticules". Au programme : le 7 mai à 14h, table ronde sur Les nourritures du Monde, et le 8 mai à 14h, table ronde sur les vaccinations. Pendant toute la durée du salon, à retrouver sur place : ateliers Mandala, vente et information sur les produits de l'agriculture biologique et biodynamique, produits naturels pour les soins du corps, la beauté, l'écologie de la maison et de l'environnement, conseils et séances Découverte de méthodes de santé, de bien-être et de croissance personnelle, stands de recyclage du verre, de fabrication de divers produits, artisanat d'art, restauration bio et végétarienne le midi… ■ **De 10h à 19h. Entrée gratuite. Tél. 05 46 48 17 70**

l'agenda

08 avril au 1er mai

Le 08 / Théâtre

À 20h30 au Casino de Jonzac, "Amour et Chipolatas", une comédie de Jean-Luc Lemoine, mise en scène par Xavier Letourneur. Dans une semaine, la très tonique Margot va faire le grand pas de sa vie : avec un "oui", elle deviendra l'épouse de Tanguy... À moins qu'elle ne finisse par dire "non" ? Que c'est compliqué de se décider ! Rongée par le doute, Margot décide d'inviter ses trois premiers amours à un soi-disant barbecue pour mettre à l'épreuve son futur mari... Une farce pleine de drôleries et de charme sur les relations amoureuses ! Plein tarif : 32€ - Casinopass : 26€ à 29€. Tél. 05 46 48 16 16

Les 16 et 17 / L'Autruche de Laurette

Portes ouvertes : agricultivez-vous ! Devenez chasseur préhistorique : essayez le tir au propulseur fabriqué avec les tendons. Découvrez l'agriculture et ses pratiques durables à travers l'exposition "Dans les bottes des agriculteurs de l'agglomération rochelaise". Participation des associations culturelles de Marsilly, concours photo enfants et animaux de la ferme. Grande chasse à l'œuf à 15h. Visite gratuite, gouter fermier, repas sur réservation le dimanche midi. 3 bis rue de Coup de Vague à Marsilly / Tél. 05 46 01 87 56 / laurette@autruche-de-laurette.com / www.autruche-de-laurette.com

Le 17 / Brocante

À Saint Dizant du Gua, toute la journée dans le Bourg. À nous les bonnes affaires !

Le 17 / 22è Foire aux fleurs

À Saint Genis de Saintonge, 22è Foire aux fleurs toute la journée, et en même temps, Salon de l'auto, de la motoculture et de l'artisanat. Au programme : marché aux Produits régionaux, restauration sur place, attractions foraines… Entrée libre et gratuite. Sur le Champ de Foire.

Le 20 / Sortie Nature

Rendez-vous à 15h devant l'église de Martron pour une sortie-découverte gratuite (2km et 2 à 3h) des plantes sauvages et comestibles sur les communes de Boresse et Marton et La Genétouze. Pour des sorties plus agréables, pensez à venir avec vos chaussures de marche (baskets, chaussures de randonnée) et n'oubliez pas vos jumelles, longue vue et appareil photo. Inscription obligatoire au 06 78 73 57 25.

Le 22 / Dîner-spectacle

À 20h30 au Casino de Jonzac, le dîner spectacle brésilien "Tropical Folie's" vous transporte à travers tout le Brésil sur les notes de la célèbre Samba du Carnaval de Rio et les rythmes afro-brésiliens de Bahia et de Récife. La troupe vous apporte le soleil, sa musique endiablée et ses danseuses parées de costumes éblouissants aux plumes et paillettes multicolores. Vous êtes au cœur de la fête brésilienne, et les artistes vous entraînent... pour une soirée inoubliable. Plein tarif : 40€ - Casinopass : 32€ à 36€. Tél. 05 46 48 16 16

Le 23 / Théâtre patoisant

Au théâtre du Château de Jonzac, Les Durathieurs d'Jhonzat présentent : "Le Pouët", "Thieu Foutu téstaman !" et "Ma nore in boune a reun", les samedis à 20h30 et les dimanches à 14h30. Entrée : 7€ Tél. 05 46 48 12 23

Les 24 et 25 / Pâques au jardin

Dimanche 24 : Chasse aux œufs au jardin de l'hôpital des pèlerins de Pons (jusqu'à 10 ans) de 14h30 à 18h. Dimanche 24 et lundi 25 : jeux géants en bois pour s'amuser en famille. Tél. 05 46 96 13 31

Le 30 avril et le 1er mai / Exposition et brocante

Rendez-vous à Pérignac le week-end du premier mai, pour une exposition à la salle municipale sur le thème des "papillons et orchidées de Haute-Saintonge" (entrée gratuite), et le premier mai pour une brocante et collections. Tél. 05 46 96 41 95 et 05 46 96 15 91

Le 30 avril et le 1er mai / Dark rock Moto Show

Les mécaniques vont ronfler à Montils pour le week-end du premier mai ! Les bikers se donnent rendez-vous pour deux jours d'animations autour des deux-roues : rassemblement, tatoo, bike show, balade et barbecue, puces motos particuliers et professionnels, concerts, motos anciennes… Tél. 05 46 74 13 39

Retrouvez tout icimagazine sur
www.icimagazine.com et facebook !

Vos événements dans l'agenda :

Votre date sera également diffusée sur notre site internet.

Votre date et vos coordonnées (nom / Tél. ou Email)

30€ TTC par mois. Il vous suffit de nous retourner votre coupon avant le 15 du mois, accompagné de votre règlement à icimagazine / agenda / Z.A. La Sauzaie / 17100 Fontcouverte

icimagazine

7 éditions sur toute la Charente-Maritime
250 000 exemplaires distribution par Mediapost



info@icimagazine.com - Tél. 05 46 74 26 26

www.icimagazine.com